NO

NORMAL

WORK

THESIS

LIFE

PROJECT

PRIDE

DURING

GENOCIDE

Tyrion Lannister: I potenti hanno sempre depredato i deboli: è così che sono diventati potenti in primo luogo.

Varys: Forse. E forse ci siamo così abituati all'orrore che diamo per scontato che non ci sia altro modo.

Panoramica

La mia intenzione era che il mio progetto di tesi riflettesse le mie convinzioni sull'arte, la cura e il ruolo dell'artista nella società contemporanea.

Ho iniziato a sviluppare un progetto partecipativo a livello locale (in collaborazione con un'associazione per la tutela delle persone neurodivergenti e per la sensibilizzazione riguardo all'ADHD) pensato per persone con e senza diagnosi, per aiutare il loro senso di identità a liberarsi dagli stereotipi, trasformando le etichette in strumenti e non in gabbie – come sono riuscito a fare io stess, per fortuna e intenzione nel corso della mia vita.

Più riflettevo sui temi della cura, della coerenza e dell'accettazione del proprio potenziale a prescindere dai dogmi esterni, più mi rendevo conto che mi stavo comportando esattamente all'opposto di ciò che speravo di ottenere con il mio progetto. La mia posizione era di superiorità morale, anche se involontariamente; al contempo, non stavo usando le mie etichette come strumenti, ignoravo semplicemente i miei bisogni di autorealizzazione.

Ero e sono ancora profondamente colpit dalle notizie locali e globali, in particolare dalle dirette streaming quotidiane dei massacri e del trattamento disumanizzante dei palestinesi. Dopo oltre un anno di problemi clinici misurabili dei quali nessun professionista sanitario era riuscito a individuare la causa principale, quest'estate, qualche settimana prima di iscrivermi all'esame di tesi, ho deciso di intraprendere azioni concrete contro il genocidio palestinese, non solo partecipare silenziosamente alle proteste settimanali. Improvvisamente ero in grado di lavorare instancabilmente giorno e notte, tutti i giorni della settimana; di partecipare alle proteste e organizzarle; di portare altoparlanti per ore e coordinare le persone in modo efficiente; di discutere in modo produttivo con sconosciuti che condividevano i miei obiettivi e con chi no.

Quando i sintomi sono diminuiti e persino scomparsi, ho dovuto ammettere a me stess che avevo fisicamente bisogno di quel tipo di risultato efficace e significativo per il mio stress: una serie di workshop progettati per il comfort e l'autoespressione, come quelli che avevo pianificato per il mio progetto di tesi, non sarebbero stati nemmeno paragonabili. Come potevo continuare a offrire agli altri quell'approccio irrilevante, quasi performativo, ed essere orgoglios del mio lavoro?

Ho deciso di accettare le incoerenze che limitavano la mia idea

iniziale e di presentare un'opera d'arte che incarnasse veramente le mie convinzioni sull'arte, la cura e il ruolo dell'artista nella società contemporanea.

Presento la dissonanza tra il progetto che avevo inizialmente pianificato, ma che mi sono res conto mancasse di autenticità, e ciò a cui mi sono sentit in dovere di dedicare tempo e impegno durante le 14 settimane standard di elaborazione della tesi. Assume la forma di un archivio fisico di tutte le ragioni per cui non potevo andare avanti come se nulla fosse successo: una testimonianza di come la mia mente, etichettata come ADHD, non sia per nulla disabile quando si tratta di agire in linea con le mie convinzioni; una documentazione di ciò che ho visto attraverso gli schermi e con i miei occhi, di testi che ho letto e contribuito a scrivere, e altro ancora; nel complesso, è un'opera d'arte che ha l'umile obiettivo di aiutare la causa palestinese rivendicando senza mezzi termini il ruolo politico dell'arte.

Table of contents

3 State of the art, stato dell'Arte, e 'arte' dello status quo
4 Arte vs Industria
5 Industria vs Umanità
7 Neurodivergenza nella società moderna
9 Il cosiddetto disordine del deficit di attenzione e iperattività
10 Neurodivergenza e stress
11 La Care Industry e le neurodivergenze
12 ~~Il peccato~~ La preoccupazione originaria: come mai l'"Occidente' è intrinsecamente stressato
14 Sfumature politiche? chiamiamola incoerenza
15 Palestina e la globalizzazzione del trauma
17 Il progetto iniziale
22 Il progetto finale
23 Come il progetto cambiando resta uguale
25 La mia posizione
26 Cronologia degli eventi
30 Ringraziamenti e gratitudini
32 Bibliografia
32 Riferimenti

State of the art, stato dell'Arte, e 'arte' dello status quo

L'arte è qualsiasi creazione umana che incorpori cura e scopo nel processo creativo; qualsiasi 'arte' che non implichi intenzione, cura, capacità tecniche, tempo e coinvolgimento dell'artista non è arte.

In questi ultimi quattro mesi sono giunt a realizzare che qualsiasi produzione artistica consista in una rielaborazione personale di input esterni attraverso una struttura curata, al fine di creare qualsiasi forma di comunicazione intenzionale (immagine, testo, audio, abbigliamento, esperienza multisensoriale...) che possa riflettere la società su se stessa attraverso gli individui che sperimentano l'arte, attraverso lo spazio e il tempo. Alcune opere d'arte sono destinate a essere percepite mentre vengono prodotte, o forse solo anni dopo, per caso; da un pubblico mondiale o da pochi individui selezionati; portatrici di messaggi perclari o suggestioni sfumate; ma l'arte ha sempre bisogno di essere percepita, e mentre viene percepita deve esserci consapevolezza della sua intenzionalità [1, pp. 11–12].

La Gioconda mi è sempre stata presentata come arte, le ville rinascimentali e i loro giardini sono sicuramente arte, i costumi per acclamati spettacoli teatrali – indubbiamente arte… Gli antichi utensili quotidiani decorati che abbiamo portato alla luce nei siti archeologici sono arte, i frustrati tentativi di ricamo di un bambino istruito a casa sono arte – diversa da uno scialle tempestato di perle di una principessa, ma pur sempre arte. Dalla mia definizione di cui sopra, potete vedere che sono arrivat a decolonizzare il concetto di Arte come qualcosa da parte dei colti, per i ricchi. Un manifesto per una serata di Alphonse Mucha è arte, uno di un suo collega meno noto è pur sempre arte; e il volantino che un bambin ha realizzato per il suo gioco di finzione di intrattenimento per adulti, che solo alcuni fortunati umani hanno potuto vedere prima che andasse perduto, è sicuramente arte anch'esso. Un bel tramonto non è arte; l'immagine, o il dipinto, o la poesia, che l'artista decide di creare è arte, purché ci sia l'intenzione di comunicare qualcosa attraverso l'opera d'arte e qualcuno possa riceverla.

Qual è l'equivalente moderno degli oggetti di uso quotidiano decorati, cosa sarà esposto nei musei storici tra secoli? E perché *non* si tratta di cancelleria di design, né di piatti con stampe colorate? Ovviamente non è una questione di estetica. Il motivo per cui gran parte di ciò con cui riempiamo le nostre vite tra qualche anno non sarà altro che rifiuti e macerie è molto semplice: è prodotto in serie.

Quindi possiamo dire che l'Alfa Romeo Disco Volante è sicuramente arte nell'aspetto del suo progetto iconico, nella sua estetica distintiva, ma non nella sua replicabilità[2]. I prodotti di design di qualsiasi multinazionale dell'arredamento hanno valore in quanto espressione dell'ingegno umano e dello *zeitgeist* dello stile, ma finché non ne rimarranno solo una manciata al mondo, un esemplare di sedia di design non avrà lo stesso valore nel rappresentare l'arte umana quanto lo avrà il suo progetto.

Arte vs Industria

Credo che la definizione semantica dell'Arte sia in completa antitesi con quella dell'industria moderna: dove inizia la serializzazione a scopo di lucro, lì finisce l'Arte. Non appena una parte del processo creativo viene automatizzata, le persone perdono la capacità di dedicare attenzione e cura alla sua creazione. Un tecnico specializzato in falegnameria che lavora in una catena di montaggio di sedie dedica molta più attenzione alla macchina, che lo libera dallo sforzo fisico, che alle sedie stesse.

Una poesia realizzata con cura non differisce dal testo di una legge, redatto con cura; entrambe riflettono il linguaggio del loro tempo per il pubblico a cui sono destinate e cercano di soddisfare, attraverso le parole, un bisogno umano che l'Autore riteneva impellente. La cattiva poesia, ovvero qualsiasi cosa scritta principalmente con in mente la serializzazione e il profitto, non è degna di rappresentare l'arte umana tanto quanto non lo è una legge scritta male, giusto per guadagno personale, noncurante delle conseguenze. Un ritratto caricaturale abilmente eseguito da un artista di strada nei vicoli di una città storica non è diverso da un selfie scattato con maestria: standard comunicativi diversi per ciascuno, obiettivi diversi, emivite diverse, eppure pur sempre un'impresa estetica portata avanti con sincera intenzione comunicativa. Un artista di strada che disegna ritratti per abitudine senza alcuna cura è tanto poco artistico quanto un'immagine postata sui social media solo per l'abitudine allo spike di dopamina, senza ulteriori scopi. Entrambi possono far guadagnare qualcosa al loro autore, oppure no; non sto discutendo lo scopo economico in sé, ma solo la quantità di cura e l'intento comunicativo presenti durante la realizzazione dell'opera.

Non è nemmeno una questione di dimensioni del pubblico: una campagna pubblicitaria mondiale curata da un'agenzia fotografica ha la stessa portata, in termini di numeri, di qualsiasi cartellone scritto a pennarello per una protesta in cui uno dei partecipanti ha un seguito sui social media. Una campagna pubblicitaria realizzata con foto

stock e senza alcuna cura nel presentarle bene ha un valore artistico pressoché nullo; un banco di scuola con strati di tag e disegni osceni, che non arriva mai ai notiziari ma viene visto solo dagli alunni, è arte tanto quanto le pitture rupestri di Lascaux.

Siamo stati condizionati a pensare diversamente. Negli ultimi tempi, l'arte come normale pratica umana è stata sempre più mercificata, ridotta a uno strumento individuale per lenire il dolore e soddisfare i bisogni causati dall'essere — quasi sempre inconsapevolmente — immersi in un ambiente totalmente incentrato sulla crescita [3, Par. 26]. I graffiti sui muri sono sinonimo di degrado urbano; possedere un costoso accessorio da cucina prodotto in serie è segno di ricchezza e raffinatezza. L'espressione di sé è fortemente controllata e limitata. Il valore sociale di una parete pulita, di una scrivania pulita, di un look pulito è fondamentale.

L'arte è attivamente confinata al passato, ai ricchi, o talvolta agli artisti stravaganti, che hanno tutto il diritto di arricchirsi prima di morire e diventare un ricordo del passato. La gente comune è stata privata del proprio potenziale artistico dal furto di tempo, trascorso partecipando a un"economia frenetica, contribuendo a una società frenetica, cementando la convinzione che l'arte non sia un prodotto spontaneo della vita umana. Anche il concetto di "arte classica" (come qualsiasi altra definizione d'arte incentrata sull'Occidente) è in realtà fortemente limitato dal sistema socioeconomico in vigore che mantiene l'essere umano alienato dal mondo naturale, alienato dalla società di cui è parte, il corpo separato dalla mente, l'intenzione disconnessa dall'azione[4].

Industria vs Umanità

L'industrializzazione ha la sua ragione funzionale di esistere nell'alleviare il lavoratore dal giogo del duro lavoro: in questo senso, qualsiasi progresso tecnologico è una meravigliosa espressione dell'ingegno umano, ma non è questo l'aspetto dell'industrializzazione che ha prevalso negli ultimi due secoli. L'ascesa delle macchine nel settore produttivo dell'economia è stata completamente subordinata a una logica che vede il profitto come unico vero obiettivo. Questa logica si è progressivamente insinuata in tutte le nostre vite e si sta lentamente ma costantemente normalizzando: dai farmaci salvavita con margini di profitto disgustosamente alti all'aumento del "costo della vita", le persone sono abituate ad attribuire un valore monetario a cose inestimabili, totalmente rassegnate a dover pagare a caro prezzo il lusso della pigrizia fisica e mentale. Esempi semplici di come la tecnologia schiavizzi l'umanità invece di essere uno strumento favoloso per

il progresso e la crescita provengono dal mondo digitale: gli effetti negativi dell'uso eccessivo degli smartphone sul cervello umano[5], il processo di enshittifcazione in atto nell'ambiente globale del web[6], l'ascesa impercettibile della sorveglianza invasiva[7].

All'intersezione tra arte e progresso tecnologico, distorto e rovinato dal incorporamento capitalistico dell'industria, si trovano quegli oggetti digitali e analogici "creati" attraverso l'uso di algoritmi generativi TTI (text-to-image). Purtroppo, "arte AI" è un'etichetta volutamente fuorviante, più propriamente un vero paradosso: la negazione del processo artistico, slegata dal fatto che sia coinvolto il software, normalizza la completa rimozione dell'atto artistico di compiere scelte successive per dare forma all'opera d'arte, come mezzo per veicolare un messaggio[8]. Non è un caso che negli anni precedenti al boom dell'IA, la strada verso di essa sia stata lastricata da mesi di hype gonfiato artificialmente per gli NFT: entrambi sono un segno indiscutibile di quanto l'arte sia già stata *industrializzata*[9].

L'industrializzazione come inibitore dell'umanità non è un processo limitato all'espressione artistica delle persone: molti altri aspetti dell'esperienza autenticamente umana della vita hanno subito questo processo, sempre più esponenzialmente negli scorsi decenni.

Il ramo più confortevole dell'industria dell'arte, l'industria dell'intrattenimento, continua a produrre contenuti estremamente palliativi ed efficacemente manipolativi (alternativamente sedativi e stimolanti, a volte contemporaneamente, a seconda del dispositivo e canale, l'esperienza di consumo dei contenuti confezionata su misura per il singolo individuo con gli algoritmi delle piattaforme), anche se le vere radici dell'intrattenimento sarebbero catarsi e elaborazione collettiva.

L'industria sportiva ha solo l'apparenza dello sport, ma non ruota attorno al piacere di giocare secondo regole prestabilite mentre si muove il corpo e ci si sente bene; al contrario, sta progressivamente abbandonando l'illusione di non essere un catalizzatore di violenza e una distrazione da altre questioni in cui esplosioni colettive emozionali ad alta energia potrebbero portare un cambiamento significativo.

Anche l'ambientalismo ha ceduto il passo al suo declino industrializzato, madre del greenwashing e delle "opzioni verdi" per la stampa di scontrini nei negozi di fast fashion, ridotto a mero giardinaggio nel cortile sul retro del collasso socioeconomico.

L'industria del conflitto non ha dovuto fare praticamente alcuno sforzo per trasformare le liti sui profitti in liti per profitto. Ora lo "sforzo bellico" si concentra sul prolungamento e sulla gestione dei conflitti attivi, non sulla loro vittoria. La vittoria blocca la catena di approvvigionamento delle armi.

Quanti milioni perderanno gli investitori con la pace[10][11]?

Una volta che si sa dove guardare, esempi come questi inizieranno ad apparire ovunque. Un sistema socioeconomico che valorizza la crescita irrazionale a qualunque costo, appena sufficientemente grande e diffuso – come lo è ora il capialismo – è destinato a fagocitare, assimilare e distorcere qualsiasi aspetto della vita umana che, se lasciato sviluppare organicamente, ne contrasterebbe gli aspetti irrazionali, disconnessi e disumani.

Uno dei rimedi più efficaci all'incuria è l'innata predisposizione umana al comportamento prosociale, la capacità di interagire tra loro in un'ottica di collaborazione e di prendersi cura degli altri[12]. Non sorprende che anche questo aspetto dell'umanità sia stato ampiamente assorbito dall'industrialismo capitalista. L'Industria della Cura continua a concentrarsi, nel peggiore dei casi, su un'inefficace cura di sé, nel migliore dei casi su un'assistenza medica scientifica a livello individuale – non nutrendo realmente la Collettività attraverso l'Individuale, ma mantenendo l'individuo ignaro del percorso verso il vero benessere. I moderni sistemi di assistenza sanitaria mentale, anche se inavvertitamente[13], hanno l'obiettivo di frammentare i problemi fino a renderli abbastanza gravi da essere sopportabili (con la giusta quantità di supporto e farmaci), ma sufficientemente distorti da apparire fondamentalmente irrisolvibili; eppure la vera cura dovrebbe agire alla radice di tutto ciò che rende la cura necessaria[14]. Ogni cura che non mira a risolvere il disturbo alla fonte è solo palliativa[15].

Neurodivergenza nella società moderna

La neurodiversità non è una diagnosi, né una moda: è un paradigma, che postula che un elenco di condizioni (vale a dire, al momento della stesura di questo testo: autismo, disturbo da deficit di attenzione e iperattività (ADHD), disturbi dello sviluppo del linguaggio, dislessia, disgrafia, disprassia, discalculia, disnomia, disabilità intellettiva, disturbo ossessivo-compulsivo (OCD), schizofrenia e sindrome di Tourette) siano semplicemente un'espressione della varianza individuale negli ambiti di elaborazione sensoriale, capacità motorie, comfort sociale, cognizione e concentrazione[16]. Secondo questo paradigma, queste condizioni sono da considerare come diversità, non afflizioni di un sistema nervoso altrimenti sano, quindi non dovrebbero essere trattate ma semplicemente di supporto.

Le persone neurodivergenti presentano al mondo un quadro mentale che differisce dalla media, dal cosiddetto normale (una "norma"

che non viene mai definita in nessun trattato medico, perché non è possibile farlo). La manifestazione principale di qualsiasi neurodivergenza è triplice: si manifesta nelle relazioni dell'individuo con se stesso, con gli altri individui, e con il mondo in generale. La causa principale di stress è il costante attrito tra l'individuo e un ambiente ostile nella struttura al suo sistema interno, in ogni momento[17][18].

Un classico esempio di adattamento a vantaggio delle persone con disabilità fisica che beneficia ogni individuo che interagisce con l'ambiente è l'installazione di rampe per marciapiedi dopo il ritorno di un gran numero di amputati negli USA durante la guerra del Vietnam; solo dopo la realizzazione delle rampe la popolazione gnerale si rese conto che un cambiamento superficiale così piccolo rendeva l'ambiente più facile da percorrere a piedi per tuttə.

Per comprendere meglio la situazione delle persone neurodivergenti (mi concentrerò principalmente su ADHD e autismo, ma il costo mentale è paragonabile, almeno in principio, per tutte le altre condizioni menzionate sopra), immaginate ora lo stesso concetto, ma gli amputati non hanno alcun arto mancante, nessun trauma da corpo contundente, e tutto ciò che sanno di sbagliato in se stessi lo hanno imparato dalle persone intorno a loro, infastidite dal loro comportamento. Quando e se saranno in grado di eliminare gli strati di fallimento e autocommiserazione senza farsi a pezzi nel processo, guarderanno il loro ambiente e il "bordo ostile dei marciapiedi" non è qualcosa di così facile da definire: è sia la fredda illuminazione degli uffici che le penetranti lampadine calde e senza schermo nei ristoranti; l'idiozia delle chiacchiere e il peso delle formalità; le numerose ingiustizie sistemiche e il rispetto richiesto all'autorità quando l'autorità non rispetta le persone. Vivere una vita neurodivergente è qualcosa di simile all'orrore lovecraftiano: ciò che non va per il protagonista della storia è allo stesso tempo titanico e ineffabile. Quale associazione di veterani sarà in grado di convincere quale Consiglio Comunale a soddisfare queste esigenze, il che significherebbe cambiare la struttura del sistema stesso?

Al di là di metafore e riferimenti letterari, una persona neurodivergente non è intrinsecamente incapace di vivere[19][20]; porta solo un fardello più pesante dovuto all'interazione con un mondo che è nettamente in contrasto con i suoi bisogni. Non solo bisogni concreti e ben definibili come la libertà di stimolarsi (auto-calmarsi con movimenti ripetitivi e controllati, con o senza interazione con oggetti specifici o strumenti progettati per questo) quando e dove si vuole; sentono anche più fortemente della media il bisogno di flessibilità, di stravaganza, di coerenza, di sicurezza e prevedibilità – in breve, il bisogno di

un *mondo più morbido*. Questo è il motivo per cui i sintomi (o meglio, le conseguenze) della neurodivergenza nella società occidentale sono intrinsecamente legati alle minoranze: vivere al di fuori degli standard di genere, essere razzializzati, appartenere a un gruppo emarginato, essere donna… fa sì che si vivano esperienze di vita più stressanti, tanto che la loro presentazione anomala è molto più intensa rispetto alle persone che non fanno parte di alcuna minoranza – oltre a essere percepita in ogni caso sotto una lente discriminante[21].

Questo è anche uno dei motivi per cui i sistemi di assistenza per gli individui neurodivergenti iniziano sempre con una fase di categorizzazione ed etichettatura, ma non c'è una casella da spuntare nei questionari sull'essere queer, razzializzati, poveri. Riuscire a incasellare la persona in una serie di caselle è più efficiente per l'industria dell'assistenza, mentre dare un nome alle cose per quello che sono *realmente* getterebbe le basi per una *vera cura* attraverso un cambiamento *reale*. Non si presta sufficiente attenzione all'effetto di questo inutile processo di "assistenza" sugli individui che già portano il peso della loro condizione, spesso portando più stigma che sollievo; e tuttavia l'aumento delle diagnosi viene utilizzato come arma contro le persone in cerca di cure, anche se vi sono numerose ragioni per cui non si può considerare una "moda"[22].

Il cosiddetto disordine del deficit di attenzione e iperattività

(un'etichetta per menti che gestiscono l'attenzione in modi non-standard[23][24])

Da quando ho ricevuto la diagnosi ufficiale di ADHD ho acquisito una maggiore comprensione teorica e strumenti più specializzati per affrontare questa grande discrepanza tra ciò di cui ho bisogno e "come il mondo è sempre stato"[25, V. 2] ("la tradizione è solo nonnismo da parte di persone morte"[26] non è purtroppo ancora un detto abbastanza diffuso); non era affatto una novità per me essere un po' più *stran* della media delle persone con cui interagivo. Più di recente, ricevere una diagnosi di autismo è stato altrettanto poco scioccante. L'introspezione avvenuta nei tre decenni precedenti alla mia ricerca di una diagnosi non è stata smentita dalla prospettiva clinica, anzi, è solo migliorata. Avevo e ho ancora chiari nella mia mente i concetti che plasmano il nucleo della mente neurodivergente, da quando sono riuscit a comprendere me stess da sol.

Al di là di qualsiasi patologizzazione, e a parte i sintomi che dipendono dall'ambiente molto più che dall'individuo, si può ridurre l'ADHD a questa semplice descrizione fondamentale: la mente è fortemente motivata dall'interesse, e non dall'importanza socialmente definita, né dalla ricompensa o dalle conseguenze negative. Tutti i

sintomi cardinali sono solo espressioni di questo descrittore di base: la disattenzione è un'attenzione governata da principi diversi (smarrire le chiavi, così come dimenticare di bere o mangiare, significa che qualcos'altro è più interessante); l'iperattività, sia essa mentale (pensiero eccessivo, multitasking...) o fisica (stimming, sport pericolosi...), è solo un modo per intrattenere una mente annoiata[27].

Neurodivergenza e stress

Un concetto fondamentale che dovrebbe essere chiaro quando si fa qualsiasi osservazione sugli esseri umani e sui costrutti ad essi correlati è il seguente: *le persone non sono separate dal mondo in cui vivono, né metaforicamente né materialmente*. Ci siamo ingannati di essere uguali agli altri animali, né uguali a ogni altro essere vivente; ci crediamo molto diversi e implicitamente molto migliori. Non è vero: gli esseri umani hanno quasi lo stesso cervello dei nostri antenati di 200.000 anni fa[28], e ogni nuovo studio che fa luce sui disturbi dell'uomo moderno dimostra che stiamo agendo al di fuori del range di sicurezza del nostro hardware biologico[29][30][31].

Negli ultimi anni, la prospettiva medica e sociale sulla neurodivergenza è stata fusa da Kimberly Kitzerow: comprendere il suo lavoro rende facile vedere come il sistema immunitario, i sistemi di riparazione cellulare, il metabolismo, l'attività del sistema nervoso e la regolazione genetica siano tutti interconnessi e influenzati dalle conseguenze biochimiche dello stress. Più precisamente, il suo lavoro educativo di ricerca e unificazione teorica riporta forti prove che ciascuna delle diagnosi di neurodiversità sia in realtà il risultato dell'azione successiva di stressors (fattori esterni negativi, semplificando) sul corpo-mente umano, alterando fisicamente il DNA e i percorsi biochimici, una generazione dopo l'altra. Alcuni dei "pulsanti" individuati dal suo lavoro non possono essere disattivati in alcun modo all'interno dell'individuo; altri hanno margini di miglioramento, ma la differenza fondamentale tra neurotipico e neurodivergente è la quantità di "pulsanti bloccati"[32].

Lo stress è quindi sia un fattore causale, sia un fattore dei "sintomi"/*presentazione*, sia il prodotto principale di quelle stesse *conseguenze*, essendo spesso una delle componenti principali dell'ambiente mentale durante tutta la vita dei neurodivergenti. Biologicamente, lo stress fa sì che le cellule accumulino danni o potenziali danni; lo stress rende il corpo umano più suscettibile agli agenti patogeni[33], influenza la soglia del dolore[34] ed è spesso una, se non la principale, causa di molti disturbi neuropsichiatrici[35].

La Care Industry e le neurodivergenze

In Italia la disabilità è formalmente riconosciuta dalla legge (n. 104/1994) con un sistema percentuale che valuta la compromissione della produttività o della capacità di vivere una vita autonoma e significativa. Il 100% indica una totale mancanza di autonomia; le disabilità fisiche causate da infortuni sul lavoro sono soggette a una legislazione diversa; un punteggio inferiore al 33% non comporta alcuna disabilità[36]. Un'altra legge (n. 170/2010) regola il supporto alle persone con disturbi dell'apprendimento all'interno del sistema educativo, affermando che la didattica deve essere adattata alle esigenze degli alunni diagnosticati[37]. Un decreto legislativo abbastanza recente (n. 62/2024) apporta alcune modifiche alla legge 104/1994, principalmente nel processo di certificazione e nei dettagli dei benefici, introducendo il concetto di "disabilità" al posto della formulazione originale (i termini "handicap" e "persona disabile" riducevano semanticamente la disabilità a una mancanza di funzionalità rispetto alle persone non disabili)[38].

Tuttavia, sebbene non più nel linguaggio, la valutazione formale della disabilità in Italia e in molti altri stati moderni è profondamente legata al sistema capitalista, in quanto mira a definire e compensare monetariamente i disagi derivanti dall'impossibilità di "guadagnarsi da vivere" della persona con disabilità e dei suoi caregiver costretti ad assentarsi dal lavoro. Avere un punteggio di disabilità inferiore al limite, ovvero "essere incapaci di vivere normalmente per meno di un terzo", significa non avere diritto a ricevere assistenza; se i sintomi peggiorano, alla fine dell'iter dedicato si potrà ricevere assistenza. Ma è già chiaro che, nel caso delle neurodiversità, i sintomi sono in realtà la loro presentazione esterna, gestita attivamente dall'individuo, spesso a un costo di stress molto elevato. Molti studi scientifici evidenziano l'impatto mentale e psicologico del mascheramento per la maggior parte della vita nelle persone con autismo, e come non sia la condizione in sé, ma il loro sforzo di apparire normali, ad essere direttamente correlato al suicidio e tentativi, all'ideazione suicidaria e all'insorgenza di depressione[39][40][41]. Ma poiché lo sforzo del masking non è classificabile, il suo costo rimane invisibile all'industria dell'assistenza, e coloro che lo pagano quotidianamente non ricevono mai un punteggio per un risarcimento monetario.

Dalla nascita, lungo tutto lo sviluppo della mente cosciente e oltre, lo stress fa parte della vita di chiunque; le persone con disabilità fisiche devono ancora lottare per ottenere riconoscimenti e adattamenti; le persone neurodivergenti sono semplicemente *molto più preoccu-*

pate della gestione dello stress, più o meno consapevolmente, rispetto alla persona media, senza avere una ragione evidente per farlo – spesso adottando meccanismi di coping con proporzioni variabili di rischio/risultato[42][43].

La difesa delle persone neurodivergenti continuerà ad avere una ragione di esistere finché una *vera cura* che affronti le cause profonde della loro lotta invisibile e inommensurabile non sarà la norma.

~~Il peccato~~ La preoccupazione originaria: come mai l'"Occidente' è intrinsecamente stressato

Solo il riflusso di un'economia capitalista
autofagocitante credo potrà rispondere
ad una delle più pressanti richieste dell'umanità:
poter vivere senza dover precocemente morire di paura.

Fabrizio De André (1984) [43]

Qual è la causa principale dello stress umano, la radice del problema, ciò di cui, se ce ne si *prendesse cura*, tuttə (e soprattutto le persone neurodivergenti) gioirebbero? L'origine di ogni "gradino del marciapiede" della società moderna? Possiamo cercare la risposta ampliando il nostro punto di vista quanto basta per assimilare lo stress personale, generazionale e sociale attraverso le lenti di secoli ed ere.

Cosa può portare un individuo a rubare al prossimo e una nazione a cercare di acquisire risorse strategiche al di fuori dei propri confini, confini creati anche per impedire alle nazioni vicine di fare lo stesso? La disparità di ricchezza. Cosa alimenta la ribellione, che si tratti di un figlio contro un genitore, di un popolo contro un leader, di una colonia contro i suoi colonizzatori? Lo squilibrio di potere. Le ragioni per cui qualcuno accumula ricchezza e potere sono molteplici, ma tutte condividono una radice nel comportamento individualistico. Il più delle volte, significa che l'Altro è l'antagonista: potrebbe, o lo farà, danneggiarci, direttamente o indirettamente, allo stesso modo in cui l'interesse personale giustifica il danneggiamento degli altri. Ma abbiamo innumerevoli esempi di altruismo e altruismo umano in tutte le epoche[45][46][47]. Da dove hanno origine queste dinamiche conflittuali?

Nel suo libro "Against the Grain"[48], James C. Scott (che, simil-

mente a Kitzerow, considera il suo lavoro come un "collegare i puntini"), esplora l'ascesa delle civiltà "occidentali" attraverso la struttura sociale dei primi insediamenti umani in Mesopotamia. Parte dalla verità archeologica: il sedentismo precede di gran lunga la domesticazione di animali e piante, e la domesticazione degli animali associata alla sedentarietà è avvenuta quattro millenni prima che i primi segni di agricoltura possano essere dedotti da dati concreti. La domesticazione delle piante cambiò radicalmente la struttura sociale delle civiltà: gli accampamenti stabili lasciarono il posto alle città. Prima dell'agricoltura, gruppi di persone che vivevano insieme (legati principalmente da vincoli di parentela) raccoglievano frutti di stagione e cacciavano le mandrie. Questo stile di vita richiedeva intrinsecamente sistemi neurali diversi, ognuno con una predisposizione per compiti diversi. Per un nomade della Mezzaluna Fertile, avere una buona memoria spaziale solo per le piante commestibili viste l'anno prima sarebbe stato essenziale per la comunità; smarrire gli attrezzi nell'accampamento, essere goffi o facilmente distratti da compiti che non catturavano il loro interesse non sarebbe stato così tragico. Con l'avvento dell'agricoltura, la produzione di massa di cereali ha comportato la necessità di una presenza stabile di manodopera per coltivarli, lavorarli, costruire le infrastrutture per immagazzinarli e soddisfare i bisogni primari della grande quantità di persone coinvolte. In una città cinta da mura, con regole rigide e punizioni severe, non avere rapporti con l'autorità e annoiarsi facilmente della routine sarebbe diventato rapidamente un problema.

"Convincere" le persone a lavorare per il proprietario dei campi (ovvero il governatore della città) fu ottenuto o attraverso la schiavitù (assimilazione forzata di insediamenti più piccoli) o attraverso la prima propaganda in assoluto (per trattenere le persone che già vivevano in città). Gli "incivili" – che continuavano a vivere come tutti avevano fatto fino ad allora – furono per la prima volta *marchiati* come l'Altro, lo Stile di Vita Sbagliato, inferiore e allo stesso tempo da temere; la vita in città fu *pubblicizzata* come più sicura e comoda di qualsiasi altra opzione. Per logica e prove archeologiche, non lo fu; decidemmo semplicemente di fidarci della storia raccontata da una parte che aveva lasciato traccia scritta negli strati di macerie sotto le proprie città, regolarmente distrutte e ricostruite, una guerra per il predominio dopo l'altra.

Sconfiggere l'incertezza e l'ignoto, entrambi parte integrante del vivere secondo i cicli della natura, dominando l'ambiente e imponendo un ordine rigido, era una delle tante possibili strategie per ottenere una vita migliore; Eppure non fu la cosa più saggia da portare a un'es-

asperazione parossistica, viste le conseguenze a lungo termine che stiamo vivendo. La domesticazione iniziò presto a significare controllo sulla riproduzione in generale, e fu applicata non solo al fuoco, alle piante e agli animali, ma anche agli schiavi, ai sudditi dello Stato e alle donne nella famiglia patriarcale. Diversità e debolezza iniziarono a coincidere. I semi della produzione *di massa*, del consumo *di massa*, dei *mass* media e di tutte le logiche *di massa* che si sarebbero sviluppate nei secoli successivi all'interno delle civiltà "occidentali", poi esportate a livello globale attraverso la violenza dei colonizzatori sui "popoli inferiori", provengono dai granai di quelle prime città.

Sfumature politiche? chiamiamola incoerenza

Facendo un salto di circa sette millenni in avanti dalle prime città della Mesopotamia, arriviamo al presente. Il neoliberismo è stato per quasi due secoli uno dei modi più efficaci per giustificare il bipolarismo dello Stato, che a volte sovvenziona i suoi soggetti attraverso politiche di welfare (quando ciò favorisce le dinamiche capitalistiche), e a volte si rifiuta di farlo (quando ciò danneggia il profitto). Il termine "neoliberismo" è stato coniato per allontanarsi dal liberalismo classico, colpevole di aver sviluppato troppa affinità con le prospettive socialiste. Il liberalismo è considerato l'ideologia predominante della storia moderna, a causa delle sue molteplici declinazioni e della sua generale associazione con l'ideologia economica del capitalismo.

Negli ultimi decenni, la facciata sta iniziando a cedere: il mantenimento del concetto di un lato benevolo del capitalismo era stato reso possibile solo da un'illusione collettiva alimentata dal costante sovrasfruttamento della parte più giovane della classe operaia e dalla progressiva privazione dei diritti di coloro che erano più consapevoli della vera natura del sistema. Fortunatamente, la combinazione di fattori sociali, economici e biologici sembra aver posto fine a questa illusione autoalimentata[49], ma il processo è ancora lungo e spiacevole, e le conseguenze saranno ancora peggiori.

Tutto sommato, si può affermare che i numerosi problemi complessi che affrontiamo oggi a livello globale sono il risultato dell'adozione di una specifica reazione all'incertezza della vita naturale: separarci da essa e antagonizzare i ritmi naturali e i nostri simili, ripetutamente. Invece di concentrare i nostri sforzi sulla risoluzione del fattore di stress originale, lo abbiamo frammentato e moltiplicato come in uno specchio rotto di un incubo[50].

Palestina e la globalizzazzione del trauma

La causa palestinese non è una causa solo per i palestinesi, ma una causa per ogni rivoluzionario... la causa delle masse sfruttate e oppresse della nostra epoca.

Ghassan Kanafani

La lotta palestinese per l'autodeterminazione nelle aree occupate illegalmente da Israele[51] ha recentemente fatto irruzione nella coscienza collettiva, uscendo dai campi di studio di nicchia di studiosi, appassionati di geopolitica e attivisti marginali. In 77 anni di occupazione illegale non si è mai registrato un livello di attenzione e attivazione come quello raggiunto negli ultimi mesi[52][53].

Come è possibile che una situazione iperlocalizzata abbia una risonanza così forte in tutto il mondo? In parole povere, è perché è diventato sempre più evidente quanto sia sempre stata interconnessa con ogni questione sociopolitica, a livello globale.

Dal punto di osservazione remoto sviluppato in precedenza per indagare le radici dello stress, basato sui dati e libero da qualsiasi meschina appartenenza, possiamo vedere come il genocidio palestinese sia un amplificatore di ogni sorta di trauma. Tutto ciò che ci siamo convinti fosse solo una questione di epoche passate continua ad accadere in Palestina, e la verità oggettiva non può più essere ignorata.

La sovranità è un concetto centrale nelle filosofie politiche moderne. Una delle interpretazioni più acute del mondo moderno afferma che "l'espressione ultima della sovranità risiede, in larga misura, nel potere e nella capacità di dettare chi può vivere e chi deve morire"[54]: in quest'ottica, e cercando di mantenere questo punto di vista allargato, possiamo affermare che la sovranità di un governo, qualunque esso sia, risiede nell'applicazione di quel potere di vita e di morte sui suoi sudditi. Le azioni di Israele continuano a imporre il proprio dominio sui palestinesi con le stesse giustificazioni che possiamo trovare in altri casi di dominio forzato. La libertà dell'individuo è fondamentale a livello formale, eppure coloro che appartengono a un certo gruppo di persone hanno molta meno libertà, similmente a quanto accadde in Sudafrica durante l'Apartheid.

Nel caso del neocolonialismo (definito come controllo o dominio di un paese *potente* su paesi *meno potenti* attraverso pressione economica, repressione politica e dominio culturale[55]), la definizione di sovranità sopra menzionata assume un significato più concreto: una

nazione ha il controllo su chi vive e chi muore in un'altra nazione. Il neocolonialismo francese potrebbe aver subito un colpo decisivo dalla progressiva emancipazione economica delle nazioni sub-sahariane [56][57]; il neocolonialismo statunitense nelle Filippine [58] potrebbe presto essere fermato in mezzo al malcontento generale della popolazione contro il loro governo [59]; le strutture coloniali vengono attivamente identificate e smantellate a livello globale. All'opposto, tutti possono testimoniare la risposta sproporzionata di Israele all'evasione dal campo di concentramento nota come 'Operazione Al-Aqsa Flood'; il neocolonialismo sionista [60] è stato smascherato come puro colonialismo vecchio stile, portato avanti con strumenti moderni. Nel corso dei decenni, il costante mantenimento degli obiettivi sionisti con metodi coloniali violenti ha sfidato ogni risoluzione delle Nazioni Unite riguardante la Palestina (per citarne solo alcune: Risoluzione 194, 11 dicembre 1948[61, pp. 22–25], Risoluzione 3236, 22 novembre 1974[62], Risoluzione 43/177, 15 dicembre 1988[62, pp. 62–65, 66–68], e Risoluzione 58/292, 6 maggio 2004[63, p. 11]).

I popoli indigeni costretti ad abbandonare le loro case ancestrali erano stereotipicamente rappresentati dai Primi Popoli di Turtle Island, affamati, cacciati e forzatamente integrati dai colonizzatori in America, dall'inizio del XVI secolo fino alla chiusura dell'ultima scuola residenziale in Canada nel 1996[64]; Ora sappiamo che Israele sta attuando esattamente lo stesso schema[65], sia in aperta violazione del diritto internazionale[66] sia creando premesse "legittime" per farlo[67][68].

La costante manipolazione di fatti e verità per mantenere la popolazione generale all'oscuro o almeno confusa sugli eventi in corso era la denotazione da manuale della propaganda a livello di regime nazista[69]; ne vediamo la versione aggiornata nell'Hasbara, che si è adattata per soddisfare innumerevoli bersagli, non ultimi gli spazi online[70]. I suoi metodi, non diversamente da altre strategie di propaganda, possono essere riassunti con: spostamento della Finestra di Overton[71], applicazione del cosiddetto "idrante della falsità" (non importa la discordanza, è l'inondazione che intorpidisce le persone); ripetizione di frasi e concetti finché non vengono accettati come verità; riformulazione dei fatti con un linguaggio emotivo; gaslighting politico. Prendendo consapevolezza delle tattiche dell'hasbara, possiamo iniziare a riconoscere gli stessi schemi in altri contesti, vale a dire nelle nostre democrazie.

Prendersi cura della Palestina significa rendersi conto della centralità della guerra nelle economie moderne (la sua interazione fisica con la vita quotidiana è stata portata all'attenzione del pubblico

grazie alle azioni concrete dei lavoratori portuali[72] e di molti altri gruppi di persone e individui); opporsi alla normalizzazione dell'uso del denaro dei contribuenti per sovvenzionare indirettamente o finanziare direttamente massacri all'estero[73]; reimparare il significato originale di "rappresentanti istituzionali" e come i politici eletti dovrebbero svolgere il loro ruolo perseguendo effettivamente il miglior interesse delle persone, non solo parlandone[74]; testimoniare la costante erosione delle istituzioni e del diritto internazionale a causa di tregue infrante, cessate il fuoco violati e mandati di arresto della CPI ignorati[75]; e, ultimo ma non meno importante, prendersi cura della Palestina significa testimoniare la violenza fisica reale, senza filtri e trasmessa in diretta streaming, perpetrata da una potenza occupante su un popolo occupato e su tutti coloro che lo aiutano[76]. Tutto questo e molto altro, e le rispettive implicazioni, equivalgono a essere costantemente esposti a una quantità molto elevata di *stressor*.

Il progetto iniziale

Nelle pagine seguenti è possibile consultare l'opuscolo che ho elaborato in collaborazione con Neurotribe[77] come punto di partenza per un percorso di auto-scoperta e auto-accettazione che potrebbe essere utile alle persone con ADHD, sia diagnosticate che non, nella loro costante lotta contro lo stress. È un semplice invito a sentirsi rafforzati dalla conoscenza della propria neurodiversità, invece di sentirsi limitati e sminuiti da essa.

Il linguaggio è diretto e le frasi possono parlare a qualsiasi età, mentre ho fatto attenzione a evitare richieste dirette per non innescare PDA (Pathological Demand Avoidance/Persistent Spinta all'Autonomia). Il layout è arricchito dalla visualizzazione dei concetti chiave e sono forniti diversi esempi di output per gestire le aspettative e alleviare l'ansia correlata al compito. Il font utilizzato è Sylexiad[78], sviluppato specificamente dal Dr. Robert Hillier per facilitare la lettura alle persone dislessiche.

Ho fatto revisionare la traduzione in tedesco da un amica di Bolzano per coinvolgere le persone locali di entrambe le parti linguistiche.

Se non hai altri fogli a disposizione, disegna pure qui.
In che modo ti rappresenterai oggi? Lascia da parte le etichette di ieri!

"ADHD" è un'etichetta...
disegnamo il contenuto del nostro barattolo!

Questa non è arteterapia.

Non ho studiato per avere risposte alle domande altrui, né per suggerire soluzioni ai problemi di altre persone (già faccio fatica con i miei...)

Non basandosi su libri di psicologia o manuali di autoaiuto, né sugli scritti di persone molto più istruite di me in materia, questo progetto non aderisce a nessuna scuola di pensiero.

Questo non è un esperimento scientifico. Non è una raccolta di dati statistica, non farà parte di un software basato su un algoritmo. Con questo progetto non devo dimostrare niente, a nessuno.

È un progetto artistico che non voglio fare da sola. È anche la mia tesi di laurea, ma vorrei che questo aspetto fosse secondario per voi tanto quanto lo è per me.

Questa sono io che cerco di mettere a frutto una parte della mia vita affinché possa essere di aiuto ad altre persone.

Dopo questa introduzione,
possiamo cominciare.

Attention deficit
and hyperactivity
disorder / syndrome

cioè

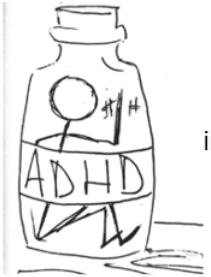
Sindrome / disordine
da carenza di attenzione
e iperattività

...è solo un'etichetta. Ed è pure vecchia.

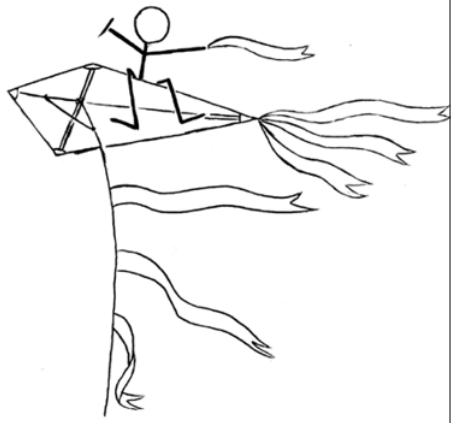
Quello che sappiamo oggi da studi scientifici* è che si tratta di una condizione in cui il cervello, per diverse cause in diversa misura in ciascun individuo, ha bisogno di più dopamina di quanta in effetti riesce ad usare. Questa condizione può esprimersi in diversi modi a seconda dei "metodi per farcela nonostante ciò" (in inglese *coping*) che si imparano, e che sono di volta in volta più efficaci.

Biologia (genetica / innata)
+
Crescita nel mondo (infanzia, società, stress...)
=
Mente di ogni individuo

Se *ogni individuo* è influenzato in maniera unica da una lunga e complessa serie di fattori, cosa ci spinge a usare questo tipo di etichette



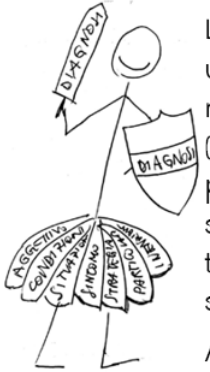
invece che queste?



È soprattutto per il tipo di società in cui viviamo.

È molto più semplice usare un'etichetta che incasella e semplifica invece di una serie di aggettivi e di frasi che cambiano a seconda delle situazioni, della stanchezza, dell'età...

Considerato tutto questo, credo che:

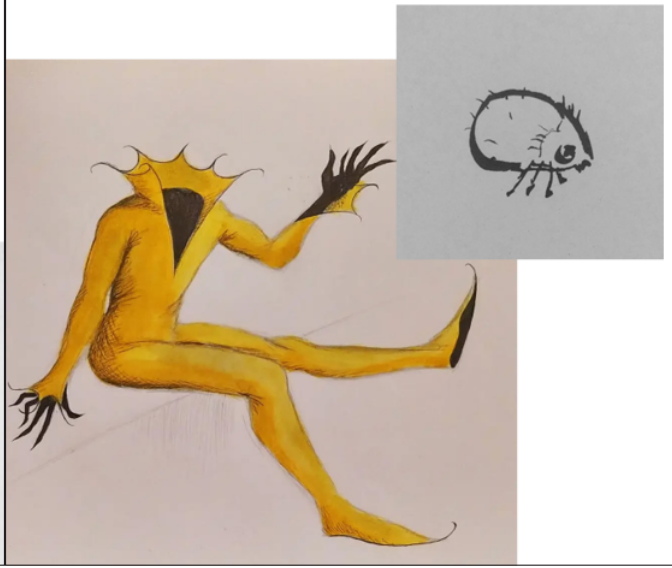


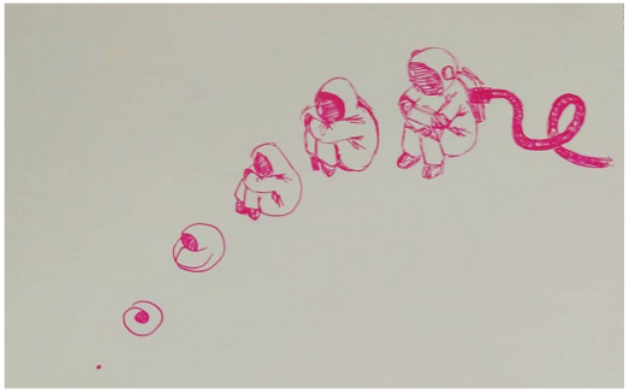
Le etichette sono il risultato di un'analisi che per sua stessa natura dev'essere standardizzata (anche se lentamente nel tempo può variare), e comportano una serie di benefici per l'interazione tra individuo e società, che vanno sfruttati per quanto possibile.

Al contrario le caratteristiche che sono adatte per descriverci non dipendono da null'altro che da noi stess3 e quando cambiano lo fanno con i nostri ritmi e sono a nostro esclusivo beneficio indipendentemente dalla società nel suo complesso.

E quando non troviamo le parole giuste?

Ho deciso di intraprendere il mio percorso diagnostico quando avevo 30 anni, dopo che molte cose mi erano successe e molte altre mi ero fatta succedere, e attraverso queste "mille vite" ho avuto la fortuna di trovare una fonte sicura di dopamina nel comprendermi nel passato e nel presente attraverso le lenti dell'esperienza. Tuttavia alle volte ero esausta, altre volte troppo felice per esprimere a parole quello che avevo capito di me... e così ho disegnato.





Questo è il mio invito per voi: lasciare da parte le parole, che possono trasformarsi in etichette con facilità, e raccontare le parti di voi che non rientrano nelle etichette con altri mezzi.

Se scegliete di usare le immagini, sarò in grado di seguirvi e incoraggiarvi, dato che è il mio modo preferito – e mi piacerebbe raccogliere tutti i vostri autoritratti in un libro, magari insieme a qualche piccola intervista o racconto, per guidare chi lo sfoglierà attraverso questo salto comunicativo.

Se le immagini non sono per nulla il vostro mezzo e volete lo stesso far parte di questo progetto, parliamone insieme.

Grazie di essere qui

Piera

* non ci stavano in questo libretto!

Il progetto finale

Il ruolo dell'artista nella rivoluzione è guardarsi intorno e vedere cosa c'è da fare. Raccogli un'arma come tutti gli altri, corri

Lola Olufemi

Il punto di non ritorno l'ho raggiunto quando ho potuto percepire sul mio corpo i benefici del mettermi in gioco per la Causa Palestinese. All'inizio non è stato facile accettarlo, credo che la mia mente stesse in qualche modo cercando di proteggersi da motivazioni egoistiche. Per quanto spesso mi commuovessi fino alle lacrime per ciò a cui assistevo con i miei occhi attraverso le lenti delle telecamere dei giornalisti palestinesi e gli smartphone dei civili palestinesi, ho dovuto accettare di sentirmi sollevat ed energizzat prendendo parte attivamente alle proteste. Ha voluto dire trovare un uso significativo delle mie energie fisiche e mentali: le caratteristiche dell'ADHD non erano un sintomo negativo, ma piuttosto uno strumento straordinario che mi permetteva di portare a termine i miei compiti con facilità.

Ho interagito con persone che notano le somiglianze tra il comportamento della leadership israeliana e i nostri governi; ho incontrato coloro che erano impegnati in questa lotta da decenni e ho compreso il loro sollievo quando, dopo anni e mesi, l'opinione pubblica ha iniziato a cambiare, e gestire il gran numero di persone coinvolte è diventato un problema; ho potuto constatare di persona che chiunque, indipendentemente dalle proprie esperienze di vita precedenti, quando si presenta la verità oggettiva ha bisogno di vedere le cose cambiare in meglio. Vivere in modo coerente fa bene a chiunque.

Ho deciso di incorporare questa coerenza nell'ultima fase del mio percorso accademico, un percorso intrapreso dall me di 13 anni fa, troppo immers nei miei pensieri per preoccuparmi anche solo di comprendere i concetti che ho presentato in questa documentazione.

Come il progetto cambiando resta uguale

Le persone neurodivergenti sono pur sempre persone, e non ho sentito alcuna discriminazione nei confronti della mia stranezza da parte di chi, come me, crede che la lotta dei palestinesi sia la stessa lotta di tutti i popoli oppressi del mondo. L'opinione di tutti è preziosa, l'obiettivo comune è chiaro, l'esperienza accumulata nel corso degli anni è condivisa.

Essere attivamente coinvolti (in qualsiasi modo o forma) per affrontare la radice del problema, *prendersi cura* delle questioni nel modo giusto invece di accettarle e cercare di sopravvivere a fatica, è stata la forma di cura più efficace che abbia mai sperimentato. Essere in grado di fare un discorso improvvisato per una folla di sconosciuti – riuscendo a spiegare come *i punti siano collegati* tra l'industria bellica, l'ascesa al potere dell'alt-right e le paure alimentate artificialmente per mantenere lo status quo – è stato più appagante di qualsiasi buon voto che abbia mai ottenuto in vita mia. Aver firmato il permesso per la piazza di fronte all'ingresso principale dell'Università è stata una benedizione, quando due classi di liceali che avevano viaggiato in treno per raggiungerla hanno potuto avere uno spazio per fare politica e un altoparlante per leggere ad alta voce le loro riflessioni.

In un certo senso, *prendersi cura* collettivamente delle ingiustizie che accadono in tutto il mondo, non per pietà o superiorità, ma perché sta finalmente diventando chiaro quanto l'umanità intera sia interconnessa, è di per sé l'antidoto all'accettazione passiva di ciò che sta accadendo e alla cura di sé come escapismo isolante.

Il mio progetto originale mi vedeva cercare di soddisfare un gruppo di persone di cui non sapevo nulla, se non la loro etichetta di neurodivergenti; un'impresa che avrebbe reso il mio lavoro finale parte dell'attuale Care Industry. Con esso, avrei creato un piccolo sbocco informale che avrebbe permesso a chi era intrappolato in un sistema difettoso di provare un po' di sollievo – eppure, mi sono res conto che non sarebbe stata vera cura.

Ho deciso quindi di concentrarmi sull'esperienza che avevo vissuto, attraversando con fatica un ambiente ostile finché non ho trovato un modo per non sentirmi completamente disperat riguardo agli sviluppi futuri della società. Non ero io la chiave, lo era la *vera cura*: così ho iniziato a raccogliere tutte le prove che potevo, similmente alla mia cartella clinica in continua crescita.

Screenshot di violenza e dolore.

Testi e traduzioni di persone ferite,
uccise,
affamate.

Opinioni di sopravvissuti,
palestinesi esiliati,
politologi.

Volantini che ho letto con il megafono,
pensieri di altri.

Notizie di un'evidente discesa nel fascismo.

E ancora, sofferenza quotidiana e immagini grafiche.

Permessi per l'uso dello spazio pubblico.

Articoli sugli aiuti umanitari bloccati.

I miei pensieri scritti.

Tutto quello che ho visto e fatto sulla Palestina.

La mia posizione

Non sono riuscita a trarre una lezione da queste 14 settimane. Non sono riuscita a mettere a punto un metodo per sentirmi meglio. Ha funzionato per me, finora, ma la situazione è ancora in corso, sia in Palestina che nella mia mente. Non so se altre persone neurodivergenti potrebbero seguire i miei passi e avvicinarsi a una forma adeguata di cura per se stessə La cosa più efficace che posso fare è unire i puntini. Questo è il motivo per cui il mio progetto finale è un archivio e non solo un singolo prodotto artistico che ho creato con cura e intenzione a partire dal materiale originale. Le mie opere sono esposte durante le proteste, e nessuno è ancora riuscito a portare una vera protesta all'interno delle aule universitarie.

L'archivio è stampato in bianco e nero con la mia stampante, poiché la mia università ha deciso che il "libero" nel suo nome significa anche libero dalla politica, eppure continua a confondere valori umani, come la solidarietà e l'antifascismo, con la politica. Attribuisce ai politici il merito di essere fortemente intenzionati a rendere omaggio ai collettivi studenteschi stranieri antinazisti del passato con monumenti interattivi che celebrano la "libertà di pensiero e di espressione", il "coinvolgimento politico" e l'"inclusività"[79], prendendo il posto di una fontana pubblica, mentre io non sono nemmeno riuscit a tagliare a metà volantini per una marcia antifascista nelle officine della mia facoltà. Oh, la coerenza che mi avete insegnato.

Non concluderò il mio percorso accademico con rimpianti per ciò che avrei potuto fare diversamente.

Questo è solo un archivio. Imparate da esso ciò che volete.

Spero che una delle lezioni sia che una Palestina libera significherà che siamo tuttə liberə.

Cronologia degli eventi

Se la narrazione mainstream sul genocidio palestinese in corso dal 2023 ~~al 2025~~ a tuttora può iniziare dal 7 ottobre 2023, ignorando quanto accaduto, rispettivamente:

- **due giorni prima** ("Israeliani uccidono quattro palestinesi negli scontri in Cisgiordania occupata" *Al Jazeera, 5 ottobre 2023*[80]),

- **tre giorni prima** ("Coloni israeliani assaltano il complesso della moschea di Al-Aqsa il quinto giorno di Sukkot" *Al Jazeera, 4 ottobre 2023*[81]),

- **il mese prima** ("In Cisgiordania, coloni israeliani hanno sradicato e rubato 35 alberelli di ulivo ad Haris. Coloni israeliani hanno anche lanciato pietre contro veicoli palestinesi che viaggiavano a est di Betlemme. Le forze israeliane hanno sparato e ferito 2 palestinesi durante un raid a Beit Umar. Le forze israeliane hanno anche fatto irruzione nel campo profughi di Qalandia, ferendone 5 con colpi di manganello, tra cui 1 che avrebbe perso l'occhio sinistro. Altrove, le forze israeliane hanno fatto irruzione a Ya'bad, portando a Ferite legate ai gas lacrimogeni. Le forze israeliane hanno inoltre danneggiato e sradicato circa 300 ulivi, viti e fichi vicino ad Haris. Nel frattempo, le forze israeliane hanno sequestrato le condutture idriche a Susiya. 6 palestinesi sono stati arrestati durante i raid ad al-ʿAwja, Qalqilya, nel campo profughi di Balata e ad az-Zubaidat. A Gerusalemme Est, Israele ha costretto una famiglia palestinese a demolire parte della propria casa a Silwan." *Cronologia del conflitto israelo-palestinese*[82]),

- **gli anni precedenti** ("Il 2023 segna l'anno più mortale mai registrato per i bambini nella Cisgiordania occupata", *rapporto di Save the Children, settembre 2023*[83])…

…allora questa cronologia può comprendere solo i mesi in cui ero formalmente iscritto all'esame di tesi.

Secondo “Guerra Israele-Hamas: una cronologia”[84]
Fonte: Reuters, AP, AFP, Al Jazeera • Con il contributo di Srivatsan K.C.

1/lug2025 - Continuano gli attacchi israeliani a Gaza contro i palestinesi in cerca di aiuti. Trump afferma che Israele ha accettato di finalizzare un cessate il fuoco di 60 giorni e invita Hamas ad accettare. Hamas afferma di essere pronta per un cessate il fuoco, ma vuole la fine completa della guerra a Gaza.

7/lug La prima sessione di colloqui indiretti per il cessate il fuoco tra Hamas e Israele si conclude in un nulla di fatto.

Netanyahu sta cercando di impedire agli elementi di estrema destra della sua coalizione di rovesciare il governo, cosa che hanno promesso di fare se Israele smette di combattere e raggiunge un accordo per liberare gli ostaggi, convincendoli che riprenderà la guerra alla fine della pausa di due mesi[85].

9/lug L'amministrazione statunitense sanziona Francesca Albanese, investigatrice indipendente che indaga sulle violazioni dei diritti umani a Gaza.

21/lug Un gruppo di 25 paesi, tra cui Australia, Canada, Giappone, Francia e Regno Unito, rilascia una dichiarazione congiunta chiedendo la fine della guerra a Gaza.

25/lug Trump accusa Hamas di non volere un cessate il fuoco a Gaza. Israele afferma che valuterà altre opzioni per riportare a casa gli ostaggi.

28/lug L'esercito israeliano inizia delle pause limitate di 10 ore al giorno nei combattimenti in tre zone di Gaza per consentire il flusso degli aiuti.

7/ago Netanyahu afferma che Israele vuole assumere il pieno controllo di Gaza ma non vuole mantenerla o governarla, in un'intervista a Fox News.

8/ago Il governo israeliano approva il piano di Netanyahu per conquistare Gaza, intensificando la guerra. I leader mondiali lanciano l'allarme per la decisione di Israele. Migliaia di

persone protestano a Tel Aviv, in Israele, contro la decisione.

19/ago Hamas dichiara di accettare nuovi piani di tregua a Gaza, dopo aver ricevuto il piano dal Qatar e dall'Egitto e sostenuto dagli Stati Uniti.

9/sett Israele prende di mira i leader di Hamas nella capitale del Qatar, Doha, mentre esplosioni scuotono la città. Il Qatar condanna l'attacco e lo definisce codardo.

16/sett L'esercito israeliano dichiara che è iniziata un'operazione estesa per distruggere l'infrastruttura militare di Hamas a Gaza City e avverte tutti i residenti di spostarsi verso sud.

21/sett Regno Unito, Canada e Australia riconoscono formalmente la Palestina.Sep. 22 France formally recognises Palestine.

25/sett Il presidente palestinese Mahmoud Abbas parla in videoconferenza all'Assemblea generale delle Nazioni Unite, respinge l'attacco di Hamas contro Israele del 7 ottobre 2023 e afferma che il gruppo militante non avrà alcun ruolo nel governo di Gaza dopo la guerra.

26/sett Netanyahu attacca i leader europei per aver riconosciuto la Palestina e promette di portare a termine l'opera contro Hamas, nel suo discorso alle Nazioni Unite. I delegati di diversi paesi abbandonano il palazzo in segno di protesta durante il suo discorso.

30/sett Il presidente degli Stati Uniti Donald Trump presenta un piano di pace in 20 punti per porre fine alla guerra di Gaza, sostenuto dal primo ministro israeliano Netanyahu, proponendo un governo tecnico, l'amnistia per i membri di Hamas e la supervisione internazionale. Il bilancio delle vittime in Palestina supera i 66.000, secondo il Ministero della Salute.

3/ott Trump afferma di credere che Hamas sia pronto per la pace e chiede a Israele di smettere di bombardare Gaza, dopo che Hamas accetta di liberare gli ostaggi e di avviare i negoziati.

4/ott Trump afferma che Israele ha accettato una linea di ritiro iniziale a Gaza e afferma che l'accettazione della sua proposta da parte di Hamas innescherà immediatamente il cessate il fuoco.

7/ott Nel giorno in cui si celebrano i due anni di guerra a Gaza,

Hamas e Israele avviano colloqui indiretti in Egitto, nell'ambito del piano di pace di Trump. I manifestanti filo-palestinesi organizzano manifestazioni in vari paesi per celebrare i due anni di guerra.

8/ott Israele e Hamas concordano sulla prima fase del piano di pace per interrompere i combattimenti e rilasciare alcuni ostaggi, afferma Trump.

10/ott Il governo israeliano approva le linee guida dell'accordo di rilascio degli ostaggi da parte di Hamas. L'esercito israeliano afferma che le sue forze si sono ritirate lungo le linee di schieramento concordate, secondo la prima fase del cessate il fuoco.

13/ott Hamas consegna sette ostaggi alla Croce Rossa.
La guerra è finita, dichiara Trump.

18/ott Dal cessate il fuoco, Israele lo ha già violato 47 volte [86]

26/ott Dal cessate il fuoco, Israele ha ucciso violentemente 93 palestinesi e ne ha feriti altri 324 [87]

11/nov Dal cessate il fuoco le FOI hanno ucciso 241 palestinesi e hanno ferito 619 persone, in almeno 194 istanze di violazione monolaterale della tregua.

Ringraziamenti e gratitudini

Voglio ringraziare tutte le persone che mi hanno aiutato a raggiungere questo momento. Sarà una lunga lista.

Inizio con i miei genitori, che non ci siamo annoiati mai: grazie per l'attesa. Mi siete di esempio in modi belli che non sospettate. Anna, bruv, 谢谢。Starti dietro è impossibile ma provarci tenendoti d'occhio da lontano mi riempie sempre di gioia. Thanko fo tha edits. And for all the fish-*erm*-man hats.

Ai miei amici molto amici raccolti attraverso circa quindici vite: I took definitely the long way and you were there for me. I won't forget.

Nicla, guarda! dopo dodici anni non sono più un Gionsnò! Ora potremo andare per le montagne e per il mondo. Guido, mese prossimo tocca di nuovo a te, e poi potremo andare per osterie. E per il mondo? Annalisa, professoressa per qualche anno, amica attraverso tutti gli altri: ogni tanto la vita pare un romanzo, per fortuna che sappiamo riconoscere quando è scritta bene e quando è meglio girare pagina.

Chissà se avrei superato l'esame di AB se non fosse stato per Sara... dalla punta dei capelli alla punta dei piedi, grazie. Prima o poi non avremo più nulla da raccontarci e ce ne faremo succedere altre. A Diana, divinità maggiore del mettersi in cima alle proprie priorità nel mio pantheon privato, dico che What Would Diana Do? è una delle cose più sane che mi sono chiesta in questi mesi e anni. Roberta! Ai gazpacho alla vodka alle borse ai progetti inconclusi alle risate e alle sette stacco, poi vado da Sergio: se non era per te... Greta - ci vuole forza e coraggio e ogni giorno mi fai vedere come si fa, anche se te sei convinta che sia all'inverso: è un piacere crescere insieme. Matteo, grazie per il B2, ma soprattutto per i mesi sereni insieme. I cambiamenti in meglio valgono moltissimo in una vita bufa come la mia. Ivan, vicina di casa specialissima, tra Barbie e balli e insulti alle infradito riesci anche ad essere simpatico. Kathrin, hai visto il potenziale in una centoventuhrista bizzarra e da lì sono conseguite molte cose. Sono in debito. Uwe, Stephan... i migliori quasicolleghi di sempre. A presto! Anna, er biji! ...e ci siamo capite. Katharina, jetzt geht's endlich mit dem Keramikprojekt los. Bis bald! Cedar, Mara, andiamo a vivere nel bosco. Matteo, Matthias, Filippo; pochino (bisogna rimediare) ma buonissimi.

Robert, Vitalii, Valentina... grazie per l'aiuto. Spero potrò ricambiare.

A tutti i professori e al personale che mi hanno aiutato durante questa esperienza lunga sette anni, da Ralf e Audrey in poi: grazie. Senza tutti voi, Raffaella, Rossella, Elena, Sacha, Ines; Albert, Markus F, Valentin, Matthias, Christian, Daniel, Nico, Eva, Alex, Serena, Markus K, Luca... non sarei mai arrivat fin qui. Sarete sempre pagati troppo poco per l'aiuto che offrite allə studentə. Curzio, sarò sempre riconoscente per gli yogurt e le lezioni.

Grazie a tutte le persone che erano in piazza Municipio la sera del 3 ottobre, e a chi avrebbe voluto esserci. A ricordarmi che esistono mille universi che si sforzano per un mondo migliore, un po' del peso della vita si fa più lieve.

إلى صابرين ولينا، وإلى كل النساء الفلسطينيات: ذات يوم ستغنون عن فرحكم في أرضكم، وسوف أكون هناك لأستمع إلى انتصاركم.

And many thanks to you, prof. Marc. You did exceed any expectations I didn't know I could have had.

Grazie alla medicina moderna e a tutte le scienze moderne; grazie alla saggezza antica e alle convinzioni confortanti e distorte.

Sono qui perché lo siamo tutti.

Comportiamoci come se ci importasse.

Let's act like we care.

A Emma Bortolin:
ora che ho finito e che tu non hai più
bisogno di una nipote medico,
mi prenderò cura di tutti gli altri.

A Giulia Zannini -
che spero approvi o almeno
sospenda il giudizio fino alla fine.

Bibliografia

Johanna Hedva, *How to Tell When We Will Die. On Pain, Disability, and Doom*. 2024.
"I am not a representative…incompleteness." p.69
"Many of the conditions…what it is not." pp.73-74
"In capitalism…the market can solve." pp.76-77
"I've now become the person…*Don't call the fucking cops.*" p.127

Lola Olufemi, *Experiments in imagining otherwise*. 2021.
p.11
p.40
p.43
p.117

Riferimenti

State of the art, state of the Art, and 'art' of the status quo

[1] L. Fabro, Arte torna arte lezioni e conferenze ; 1981-1997. in Piccola biblioteca Einaudi., Nuova serie 23. Torino: Einaudi, 1999.

[2] B. Walter, The work of art in the age of mechanical reproduction. 1935. Accessed: Oct. 20, 2025. [Online]. Available: https://www.academia.edu/2060558/Walter_Benjamin_The_Work_of_Art_in_the_Age_of_Mechanical_Reproduction

Art vs Industry

[3] G. Debord, La società dello spettacolo ; Commentari sulla società dello spettacolo. in Tascabili. Milano, 2008.

[4] K. Phillips-Fein, 'Nancy Fraser. Cannibal Capitalism. How Our System is Devouring Democracy, Care, and the Planet and What We Can Do About It. Verso, London [etc.] 2022. xvii, 190 pp. Paper: £9.99. (E-book: £7.50.)', International Review of Social History, vol. 69, no. 2, pp. 345–347, Aug. 2024, doi: 10.1017/S0020859024000464.

Industry vs Humanity

[5] C. Montag and B. Becker, 'Neuroimaging the effects of smartphone (over-)use on brain function and structure—a review on the current state of MRI-based findings and a roadmap for future research', psychoradiology, vol. 3, p. kkad001, Mar. 2023, doi: 10.1093/psyrad/kkad001.

[6] '"Enshittification": Cory Doctorow on Why Big Tech Sucks, Keeps Getting Worse & What to Do About It', Democracy Now! Accessed: Oct. 24, 2025. [Online]. Available: https://www.democracynow.org/2025/10/10/cory_doctorow

[7] 'Supervising Surveillance: International Law and the Surveillance State', Harvard International Review. Accessed: Oct. 24, 2025. [Online]. Available: https://hir.harvard.edu/global-surveillance-state/

[8] 'Click To Imagine', LRNZ. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://www.lrnz.it/clicktoimagine

[9] 'FCKNFT', LRNZ. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://www.lrnz.it/fcknft
[10] 'Azioni Leonardo in caduta libera: il motivo nascosto dietro il calo del 5,5%'. Accessed: Oct. 21, 2025. [Online]. Available: https://www.borsainside.com/mercati_italiani/azioni-leonardo-caduta-libera-motivo-nascosto-dietro-calo-55/
[11] 'Piazza Affari: andamento negativo per Leonardo'. Accessed: Oct. 21, 2025. [Online]. Available: https://finanza.lastampa.it/News/2025/10/15/piazza-affari-andamento-negativo-per-leonardo/ODFfMjAyNS0xMC0xNV9UTEItQVVUTw
[12] A. Vaish and T. Grossmann, 'Caring for Others: The Early Emergence of Sympathy and Guilt', 2022, pp. 349–369. doi: 10.1007/978-3-030-76000-7_16.
[13] 'The purpose of a system is what it does', Wikipedia. Oct. 17, 2025. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=The_purpose_of_a_system_is_what_it_does&oldid=1317306317
[14] The Care Collective, The Care Manifesto. The Politics of Interdependence. 2020. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://doi.org/10.1093/cdj/bsab023
[15] 'Palliativo - Significato ed etimologia - Vocabolario - Treccani'. Accessed: Oct. 21, 2025. [Online]. Available: https://www.treccani.it/vocabolario/palliativo/

Neurodivergence in modern society

[16] S. k. Kapp, Autistic Community and the Neurodiversity Movement., 1st edn. Palgrave Macmillan Singapore, 2019. [Online]. Available: https://link.springer.com/book/10.1007/978-981-13-8437-0
[17] L. Hull et al., '"Putting on My Best Normal": Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions', J Autism Dev Disord, vol. 47, no. 8, pp. 2519–2534, Aug. 2017, doi: 10.1007/s10803-017-3166-5.
[18] D. M. Raymaker et al., '"Having All of Your Internal Resources Exhausted Beyond Measure and Being Left with No Clean-Up Crew": Defining Autistic Burnout', Autism Adulthood, vol. 2, no. 2, pp. 132–143, June 2020, doi: 10.1089/aut.2019.0079.
[19] L. M. Schippers et al., 'A qualitative and quantitative study of self-reported positive characteristics of individuals with ADHD', Front Psychiatry, vol. 13, p. 922788, 2022, doi: 10.3389/fpsyt.2022.922788.
[20] J. R. Gómez-Cabezas, M. Stavraki, R. García-Márquez, D. Díaz, and M. Bajo, 'Measuring positive mental health in children with attention-deficit/hyperactive disorder', Sci Rep, vol. 15, no. 1, p. 15084, Apr. 2025, doi: 10.1038/s41598-025-00049-8.
[21] A. Chronis-Tuscano, 'ADHD in girls and women: a call to action - reflections on Hinshaw et al. (2021)', J Child Psychol Psychiatry, vol. 63, no. 4, pp. 497–499, Apr. 2022, doi: 10.1111/jcpp.13574.
[22] S. Bölte, 'Eight reasons why ADHD diagnoses are increasing', PsyPost - Psychology News. Accessed: Aug. 04, 2025. [Online]. Available: https://www.psypost.org/eight-reasons-why-adhd-diagnoses-are-increasing/

The so-called attention deficit and hyperactivity disorder

[23] A. Koutsoklenis and J. Honkasilta, 'ADHD in the DSM-5-TR: What has changed and what has not', Front Psychiatry, vol. 13, p. 1064141, Jan. 2023, doi: 10.3389/fpsyt.2022.1064141.

[24] Zachary Cortex, The Actual Neuroscience of the ADHD Brain Explained, (May 26, 2024). Accessed: Aug. 04, 2025. [Online Video]. Available: https://www.youtube.com/watch?v=Td_SfVH4nUg
[25] Bo Burnham – How the World Works. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://genius.com/Bo-burnham-how-the-world-works-lyrics
[26] 'Tradition is just peer pressure from dead people'. Accessed: Oct. 21, 2025. [Online]. Available: https://barrypopik.com/blog/tradition_is_just_peer_pressure
[27] 'The 4 Core Traits of ADHD, Explained | Psychology Today'. Accessed: Oct. 15, 2025. [Online]. Available: https://www.psychologytoday.com/us/blog/optimized/202107/the-4-core-traits-adhd-explained
[28] 'Just How Old Is Homo sapiens? | Britannica'. Accessed: Oct. 21, 2025. [Online]. Available: https://www.britannica.com/story/just-how-old-is-homo-sapiens

Neurodivergence and stress

[29] S. B. Eaton, M. Konner, and M. Shostak, 'Stone agers in the fast lane: chronic degenerative diseases in evolutionary perspective', Am J Med, vol. 84, no. 4, pp. 739–749, Apr. 1988, doi: 10.1016/0002-9343(88)90113-1.
[30] M. Jackson, 'The stress of life: a modern complaint?', Lancet, vol. 383, no. 9914, pp. 300–301, Jan. 2014, doi: 10.1016/s0140-6736(14)60093-3.
[31] A. Magomedova and G. Fatima, 'Mental Health and Well-Being in the Modern Era: A Comprehensive Review of Challenges and Interventions', Cureus, vol. 17, no. 1, p. e77683, doi: 10.7759/cureus.77683.
[32] 'Kimberly's Educational Resources', Kimberly's Educational Resources. Accessed: Oct. 19, 2025. [Online]. Available: https://www.kimberlyedu.org
[33] A. Alotiby, 'Immunology of Stress: A Review Article', J Clin Med, vol. 13, no. 21, p. 6394, Oct. 2024, doi: 10.3390/jcm13216394.
[34] C. E. Lunde and C. B. Sieberg, 'Walking the Tightrope: A Proposed Model of Chronic Pain and Stress', Front. Neurosci., vol. 14, Mar. 2020, doi: 10.3389/fnins.2020.00270.
[35] A. Al Bazzal et al., 'Stress-related psychiatric disorders', Prog Brain Res, vol. 291, pp. 161–173, 2025, doi: 10.1016/bs.pbr.2025.01.019.

The Care Industry and neurodivergence

[36] 'Gazzetta Ufficiale'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/1992/02/17/092G0108/sg
[37] 'Gazzetta Ufficiale'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://www.gazzettaufficiale.it/atto/serie_generale/caricaDettaglioAtto/originario?atto.dataPubblicazioneGazzetta=2024-05-14&atto.codiceRedazionale=24G00079
[38] 'Gazzetta Ufficiale'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online].Available: https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2010/10/18/010G0192/sg
[39] L. Hull et al., 'Development and Validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q)', J Autism Dev Disord, vol. 49, no. 3, pp. 819–833, Mar. 2019, doi: 10.1007/s10803-018-3792-6.
[40] S. Cassidy, L. Bradley, R. Shaw, and S. Baron-Cohen, 'Risk markers for suicidality in autistic adults', Mol Autism, vol. 9, p. 42, 2018, doi: 10.1186/s13229-018-0226-4.
[41] E. Cage and Z. Troxell-Whitman, 'Understanding the Reasons, Contexts and Costs of Camouflaging for Autistic Adults', J Autism Dev Disord, vol. 49, no. 5, pp. 1899–1911, May 2019, doi: 10.1007/s10803-018-03878-x.
[42] B. S. Srichawla, C. C. Telles, M. Schweitzer, and B. Darwish, 'Attention Deficit Hyperactivity Disorder and Substance Use Disorder: A Narrative Review', Cureus, vol. 14, no. 4, p. e24068, doi: 10.7759/cureus.24068.

[43] L. A. Livingston, P. Shah, and F. Happé, 'Compensatory strategies below the behavioural surface in autism: a qualitative study', Lancet Psychiatry, vol. 6, no. 9, pp. 766–777, Sept. 2019, doi: 10.1016/S2215-0366(19)30224-X.

The Original ~~Sin~~ Worry: why the 'West' is intrinsically stressed

[44] 'De André, il poeta che canta 1984 - Crêuza de mä - Video', RaiPlay. Accessed: Oct. 18, 2025. [Online]. Available: https://www.raiplay.it/video/2024/01/De-Andre-il-poeta-che-canta---Creuza-de-ma-bcd4201d-0abe-4fd3-b6d4-b34ce34aa0b1.html

[45] 'The Civil Courage Prize', The Civil Courage Prize. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.civilcourageprize.org

[46] L. Janssens, L. Giemsch, R. Schmitz, M. Street, S. Van Dongen, and P. Crombé, 'A new look at an old dog: Bonn-Oberkassel reconsidered', Journal of Archaeological Science, vol. 92, pp. 126–138, Apr. 2018, doi: 10.1016/j.jas.2018.01.004.

[47] 'Latest Award Announcements', Carnegie Hero Fund Commission. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.carnegiehero.org/heroes/latest-award-announcements/

[48] J. C. Scott, Against the grain: a deep history of the earliest states. in Yale agrarian studies. New Haven: Yale University Press, 2017.

Political nuance? more like incoherence

[49] A. Razin and E. Sadka, The Decline of the Welfare State: Demography and Globalization. The MIT Press, 2005. doi: 10.7551/mitpress/2303.001.0001.

[50] T. Beery et al., 'Disconnection from nature: Expanding our understanding of human-nature relations', People and Nature, vol. 5, Feb. 2023, doi: 10.1002/pan3.10451.

Palestine and the globalization of trauma

[51] D. Waxman and D. Waxman, The Israeli-Palestinian Conflict: What Everyone Needs to Know®. in What Everyone Needs To Know®. Oxford, New York: Oxford University Press, 2019.

[52] 'Net favourability towards Israel reaches new lows in key Western European coun-tries | YouGov'. Accessed: Oct. 25, 2025. [Online]. Available: https://yougov.co.uk/international/articles/52279-net-favourability-towards-israel-reaches-new-lows-in-key-western-european-countries

[53] L. Lerer and R. Igielnik, 'Americans' Support for Israel Dramatically Declines, Times/Siena Poll Finds', The New York Times, Sept. 29, 2025. Accessed: Oct. 25, 2025. [Online]. Available: https://www.nytimes.com/2025/09/29/polls/israel-gaza-war-us-poll.html

[54] A. Mbembe and S. Corcoran, Necropolitics. Duke University Press, 2019. doi: 10.2307/j.ctv1131298.

[55] 'neocolonialism', Wiktionary, the free dictionary. Apr. 30, 2025. Accessed: Oct. 27, 2025. [Online]. Available: https://en.wiktionary.org/w/index.php?title=neocolonialism&oldid=84682032

[56] 'Burkina Faso's military leader focuses on economic autonomy'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online].
Available: https://timeafricamagazine.com/burkina-fasos-military-leader-focuses-on-economic-autonomy/

[57] S. Quayyum, N. Spatafora, S. Mukherjee, and H. Mighri, 'Growth in Sub-Saharan Africa is Diverging', IMF. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://www.imf.org/en/News/Articles/2024/11/14/cf-growth-in-sub-saharan-africa-is-diverging

[58] L. Z. Lamboloto, 'HEGEMONY AND AMERICAN IMPERIALISM IN THE PHILIPPINES: A CRITICAL REFLECTION ON CONTEMPORARY PHILIPPINE ECONOMICS', vol. 1, pp. 1–19, May 2025.

[59] E. T. Online |, 'Philippine protesters rally against US' military involvement against "China's aggression" in Indo-Pacific', The Economic Times. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://economictimes.indiatimes.com/news/international/world-news/philippine-protesters-rally-against-us-military-involvement-against-chinas-aggression-in-indo-pacific/videoshow/119666023.cms

[60] S. Abed-Rabbo, 'Herzl's Zionism and Settler Colonialism in Palestine', Arab Studies Quarterly, vol. 46, no. 1, pp. 28–55, 2024, Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.jstor.org/stable/48758454

[61] 'nr075235.pdf'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://documents.un.org/doc/undoc/gen/nr0/752/35/pdf/nr075235.pdf

[62] 'NR073838.pdf'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://webarchive.loc.gov/all/20150614054045/http://daccess-dds-ny.un.org/doc/RESOLUTION/GEN/NR0/738/38/IMG/NR073838.pdf?OpenElement

[63] 'n0455878.pdf'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://documents.un.org/doc/undoc/gen/n04/558/78/pdf/n0455878.pdf

[64] 'Residential Schools in Canada'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://thecanadianencyclopedia.ca/en/article/residential-schools

[65] 'Indigenous Struggles From Turtle Island to Palestine | USCPR', US Campaign for Palestinian Rights. Accessed: Oct. 23, 2025. [Online]. Available: https://uscpr.org/activist-resource/grassroots-advocacy-toolkit/indigenous-struggles-from-turtle-island-to-palestine/

[66] 'Israel announces largest Palestinian land grab in over 30 years', Middle East Eye. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://www.middleeasteye.net/news/israel-declares-largest-palestinian-land-grab-over-three-decades

[67] 'IDF officially marks yellow line in Gaza'. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://www.israelhayom.com/2025/10/20/idf-officially-marks-yellow-line-in-gaza/

[68] M. Haddad, 'Map of Gaza shows how Israeli forces will withdraw under ceasefire deal', Al Jazeera. Accessed: Oct. 22, 2025. [Online]. Available: https://www.aljazeera.com/news/2025/10/9/map-of-gaza-shows-how-israeli-forces-will-withdraw-under-ceasefire-deal

[69] K. Narayanaswami, 'Analysis of Nazi Propaganda'.

[70] F. Zatari, 'Israel: The state of hasbara', May 2018, Accessed: Oct. 24, 2025. [Online]. Available: https://www.academia.edu/36597954/Israel_The_state_of_hasbara

[71] 'Overton window | Political Science, Origin, Examples, Shifts, & Criticism | Britannica'. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.britannica.com/topic/Overton-window

[72] T. S. S. Platform, 'The Political Strike against War Logistics. Interview with the Dockworkers of Genoa - Transnational Social Strike Platform'. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.transnational-strike.info/2023/11/14/the-political-strike-against-war-logistics-interview-with-the-dockworkers-of-genoa/

[73] 'Not My Tax Dollars'. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.notmytaxdollars.org/

[74] 'Turning right: Italy's political landscape and EU elections'. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.cidob.org/en/publications/turning-right-italys-political-landscape-and-eu-elections

[75] 'ICC issues arrest warrants for Israel, Hamas leadership: what happens next? | UN News'. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://news.un.org/en/story/2024/11/1157406

[76] '"Sadistic and petty": Irish flotilla activists on their treatment in a notorious Israeli prison'. Accessed: Oct. 27, 2025. [Online]. Available: https://www.thejournal.ie/irish-activists-in-israeli-detention-flotilla-6845131-Oct2025/

The initial project

[77] 'NeuroTribe | Associazione per persone ADHD in Trentino Alto Adige'. Accessed: Aug. 04, 2025. [Online]. Available: https://www.neurotribe.it/

[78] 'Sylexiad.com • Dyslexia typefaces and research, artist books, news, links and more'. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.sylexiad.com/

The final project

[79] O. Scarl, 'Un nuovo monumento per la Rosa Bianca', Comune di Bolzano. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://www.comune.bolzano.bz.it/Novita/Comunicati/Un-nuovo-monumento-per-la-Rosa-Bianca

Timeline of events while I was working on my thesis

[80] 'Israelis kill four Palestinians in occupied West Bank confrontations', Al Jazeera. Accessed: Oct. 18, 2025. [Online]. Available: https://www.aljazeera.com/news/2023/10/5/israeli-troops-kill-two-palestinians-in-occupied-west-bank-clash

[81] 'Israeli settlers storm Al-Aqsa Mosque complex on fifth day of Sukkot', Al Jazeera. Accessed: Oct. 18, 2025. [Online]. Available: https://www.aljazeera.com/news/2023/10/4/israeli-settlers-storm-al-aqsa-mosque-complex-on-fifth-day-of-sukkot

[82] 'September 28, 2023 | The Palestine Chronology'. Accessed: Oct. 18, 2025. [Online]. Available: https://chronology.palestine-studies.org/chronology/2023-sep-28

[83] '2023 marks deadliest year on record for children in the occupied West Bank', Save the Children International. Accessed: Oct. 18, 2025. [Online]. Available: https://www.savethechildren.net/news/2023-marks-deadliest-year-record-children-occupied-west-bank

[84] The Hindu bureau, 'Israel-Hamas war: a timeline', The Hindu, Oct. 13, 2025. Accessed: Oct. 18, 2025. [Online]. Available: https://www.thehindu.com/news/international/israel-hamas-gaza-palestine-war-a-timeline/article70157788.ece

[85] A. Tibon, 'Netanyahu has found a new and absurd reason to blow up the Gaza cease-fire deal', Haaretz, July 06, 2025. Accessed: Oct. 18, 2025. [Online]. Available: https://www.haaretz.com/israel-news/2025-07-06/ty-article/.premium/netanyahu-has-found-a-new-absurd-reason-to-blow-up-the-gaza-cease-fire-deal/00000197-e013-d083-a3b7-f873de630000

[86] 'Israel commits 47 violations since Gaza truce came into effect nine days ago', Middle East Eye. Accessed: Oct. 18, 2025. [Online]. Available: https://www.middleeasteye.net/live-blog/live-blog-update/israel-commits-47-violations-gaza-truce-came-effect-nine-days-ago

[87] E. Team, 'Israel Violates Gaza Ceasefire Again, Killing One and Injuring Several', Quds News Network. Accessed: Oct. 26, 2025. [Online]. Available: https://qudsnen.co/israel-violates-gaza-ceasefire-again-killing-one-and-injuring-several/

printed in November 2025
in the Faculty Workshops
of the Free University of Bozen-Bolzano
on 80g/m²
font:
Minion variable concept regular and *italic*
DIN bold
字体“NSimSun”
الخط "أدوبي عربي"

NO

NORMAL

WORK

THESIS

LIFE

PROJECT

PRIDE

DURING

GENOCIDE